

こんにちは。きゅうしょくカンガルー！（奈良の学校給食を考える会）です。  
すっかり寒くなりましたね。お鍋の美味しい季節！内から温まりましょう。  
私たちは、おいしい給食&ほんとうの食育をめざして活動しています。

このメルマガは、私たちの活動や奈良県内の給食をめぐる状況をお知らせしたく、  
今までの活動の中で連絡先を交換させていただいた方を中心にお送りしています。  
メルマガ解除をご希望の方は、お手数ですが、  
oishiikyusyoku@gmail.com まで解除希望の旨をお書き添えの上ご連絡ください。

---

■ ■ もくじ ■ ■

---

- 1 コープ自然派給食委員会「みそ汁研究」イベントレポート
  - 2 イベント情報
- 

■ 1 ■ コープ自然派給食委員会「みそ汁研究」イベントレポート

---

11月24日、コープ自然派奈良給食委員会主催で「だし・みそ・ぐ！くらべて、  
つくって、みそ汁研究してみよう！」というイベントが開催されました。

給食委員会は、コープ自然派奈良の組合員活動のひとつで、子ども参加型の活動  
を通して学校給食やこどもの食について考えたり学んだりしています。「家庭での  
食は親が気をつけることができるけど、学校の給食はまかせっきりで大丈夫？」  
と思ったのがきっかけでまずは「知ること」からはじめようと、見たり、聞いた  
り、調べたり……。こども自身が食を選ぶことができるようになるお手伝いが  
できればと思っています。

今回のイベントは、だし4種類（かつお、こんぶ、いりこ、しいたけ）、みそも  
4種類（米みそ、麦みそ、赤みそ、白みそ）用意し、それぞれ味見してもらって  
どの組み合わせが一番好きか考えてもらうことがメインでした。

大人でも、日常の中でだし汁だけをじっくり味見する機会はなかなかないかもし  
れません。「濃い・うすい」「おいしい・いやな味」「しっかり・さっぱり」「はっ  
きり・ぼんやり」など様々な感想が出ます。みそもそのまま試食してもらった後

だし汁と混ぜて味見をし、好きな組み合わせを探します。「だしだけで飲むとま  
ずいけど、みそと合わせるとびっくりするくらい深い味にかわる」「いつも食べ  
ている味」「お正月に食べたい味」など、何度もおかわりをしながら確かめます。

その後は人気の組み合わせでみそ汁を作り、ごはんとおかずでいただきます。  
人気の組み合わせ第1位は「しいたけだし×麦みそ」でした！そして第2位  
「かつおだし×米みそ」、第3位「こんぶだし×米みそ」と続きます。家庭では  
こんぶとかつおで出汁を取るなど組み合わせで使うことが多いと思いますが、  
今回は実験的に単品での組み合わせで選んでもらいました。

今回みそ汁の具とおかずには「マゴワヤサシイ」食材を意識して選びました。  
「マメ・ゴマ・ワカメ・ヤサイ・サカナ・シイタケ・イモ」の頭文字をとった  
「マゴワヤサシイ」。このような日本の伝統食は放射能の害から身を守るため  
にも適していると言われていました。

「料理をつくるのが楽しい」「おいしい」「家とは違う味を知って発見！」など  
こどもたちは興味をもって取り組んでくれたようです。これからも、食べ物を  
育てる、料理をつくる、食べるといういのちのサイクルを体験できる企画を開  
催していきたいです。

コープ自然派奈良 給食委員会 の取り組みはコチラ  
<http://www.shizenha.ne.jp/nara/view/64/index.html>

---

## ■ 2 ■ イベント情報

---

◇きゅうしょくカンガルー！第2回総会&交流会

日時：2014年12月6日（土）13:00～15:30

場所：大和郡山市市民交流館 3F 大会議室

詳細：<https://www.facebook.com/oishiikyusyoku>

※チラシを添付しています。私たちの考える理想の給食を食べながら  
わいわいお話ししましょう！ご参加お待ちしております♪

●来月もお楽しみに♪●

メルマガ発信元：きゅうしょくカンガルー！（奈良の学校給食を考える会）

E-mail：oishiikyusyoku@gmail.com

facebook：<https://www.facebook.com/oishiikyusyoku>

(メルマガのバックナンバーも順次掲載しています)

事務局 : 生活協同組合コープ自然派奈良内 (奈良市今市町 40-1)

---